

Zahl des Tages

Sport? Macht gute Laune!



80 Prozent der Deutschen, die Sport treiben, tun dies auch aus Spaß.

Saarbrücken, 5. Oktober 2017 – Mehr Fitness, weniger Pfunde und beste Laune: Vieles spricht dafür, Sport zu treiben. Für die Mehrheit der aktiven Deutschen (80 Prozent) ist Spaß ein wichtiger Grund, sich zu bewegen. Das ergab eine aktuelle forsa-Umfrage¹ im Auftrag von CosmosDirekt, dem Direktversicherer der Generali in Deutschland. Top-Motivatoren sind jedoch der Erhalt der körperlichen Fitness und Beweglichkeit (97 Prozent) sowie der geistigen Leistungsfähigkeit (81 Prozent). Zudem hoffen viele Freizeitsportler, auf diese Weise orthopädischen (78 Prozent) oder Herz-Kreislauf-Leiden (77 Prozent) vorzubeugen. Damaris Kleist, Vitality-Expertin bei CosmosDirekt, weiß, dass zum Spaß am Sport meist die Freude über die eigene Leistung gehört: **„Um diese zu messen, muss man nicht mehr Runden oder Schritte zählen, sondern kann auf elektronische Fitness-Tracker zurückgreifen.“** Wer mit dem Tracker Daten sammelt, kann diese freiwillig für gesundheitsfördernde Programme oder Bonussysteme nutzen, die einige Versicherer anbieten. **„Je nach erarbeitetem Status profitieren Fitnessbewusste von Vergünstigungen und Beitragsrabatten“**, erklärt Damaris Kleist. So können CosmosDirekt-Kunden, die am Generali-Vitality-Programm teilnehmen, bei gesundheitsbewusstem Verhalten eine Rückerstattung von Beiträgen in der Risikolebensversicherung bekommen.

¹ Repräsentative Umfrage „Vitality 2017“ des Meinungsforschungsinstituts forsa im Auftrag von CosmosDirekt. Im Juli 2017 wurden in Deutschland 1.505 Bundesbürger ab 18 Jahren befragt, von denen 1.067 regelmäßig Sport treiben.

Ergebnisse der forsa-Umfrage im Detail (Auszug)

Die Gründe, Sport zu treiben, sind für sie persönlich (sehr) wichtig:

	Gesamt	Männer	Frauen	18- bis 29-Jährige	30- bis 44-Jährige	45- bis 59-Jährige	60 Jahre und älter
körperlich fit und beweglich bleiben	97%	97%	98%	95%	97%	96%	99%
geistig fit bleiben	81%	80%	81%	67%	73%	85%	92%
Stärkung des Immunsystems	80%	80%	81%	76%	76%	81%	85%
Spaß am Sport	80%	81%	79%	84%	85%	75%	77%
orthopädischen Erkrankungen oder Problemen vorbeugen	78%	70%	84%	66%	72%	80%	87%
Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorbeugen	77%	79%	74%	62%	73%	81%	85%
Stress abbauen, Entspannen	76%	73%	79%	88%	79%	83%	61%
etwas für die Figur tun	76%	73%	78%	82%	85%	77%	64%
Gewicht verlieren	57%	58%	56%	50%	68%	58%	52%
vorhandene orthopädische Erkrankungen oder Probleme lindern	56%	47%	64%	36%	48%	65%	67%
vorhandene Herz-Kreislauf-Erkrankungen lindern	43%	46%	41%	22%	31%	46%	65%

Basis: Befragte, die Sport treiben

Weitere Veröffentlichungen zu dieser und zu weiteren Umfragen finden Sie [hier](#).

Wir verfügen über zusätzliche Informationen zu diesem Thema. Wenden Sie sich gerne an den unten angegebenen Ansprechpartner, wenn wir Sie diesbezüglich unterstützen können.

Sabine Gemballa

Externe Kommunikation CosmosDirekt

Generali Deutschland AG

Telefon: 0681 966-7560

E-Mail: sabine.gemballa@generali.com

Bei Übernahme des Originaltextes im Web bitten wir um Quellenangabe:

www.cosmosdirekt.de/zdt-sport-spaß